

# 114 學年度普通型高級中等學校體育學科中心

## 【中區】全國教師增能培力研習實施計畫

### 壹、依據

教育部國民及學前教育署114年8月6日臺教國署高字第1145404608號函核定「普通型高級中等學校體育學科中心114學年度工作計畫」辦理。

### 貳、目的

- 一、因應十二年國教實施，以素養導向課程推動為核心，協助教師精熟課綱內涵，並透過跨領域(科)課程共備機制，強化教師課程設計與教學實踐。
- 二、建構教學資源研發支援體系，增進教師教學研究之風氣促進教師專業成長，提升教師教學品質。
- 三、透過多元運動與活動設計，培養運動技能、健康管理、問題解決及合作溝通的能力；同時促進身心健康與品格養成，建立正向運動價值觀，達成自我實現與終身運動目標。

### 參、辦理單位

- 一、指導單位：教育部國民及學前教育署。
- 二、承辦單位：普通型高級中等學校體育學科中心——桃園市立平鎮高級中等學校。
- 三、協辦單位：臺中市立惠文高級中學、雲林縣政府教育處、臺中市政府教育局、苗栗縣政府教育處、南投縣政府教育處、彰化縣政府教育處

### 肆、辦理內容

- 一、參加對象：全國高中職體育教師（上限人數40人）。  
錄取對象之排序：  
(一)未曾參與學科中心各項研習活動且適用於普高課綱學校之體育教師。  
(二)彰化、臺中、苗栗、南投及雲林地區高中職體育教師。  
(三)其他地區高中職體育教師。
- 二、研習時間：114年10月29日（三）上午8時20分至15時30分。
- 三、研習地點：臺中市立惠文高級中學（408台中市南屯區公益路二段298號）。
- 四、研習內容：  
(一)安全 Safe 教學 Plus 【運動防護課程地圖暨多元評量】  
(二)玩拳紓壓超給力-拳擊有氧  
(三)勇者無懼-用團結合作決戰美式躲避球場！
- 五、研習辦理方式：本次研習以實體為主。
- 六、其他注意事項：

| 課程名稱                            | 攜帶用具及注意事項         |
|---------------------------------|-------------------|
| 玩拳紓壓超給力-拳擊有氧                    | 請穿著運動服裝、運動鞋以利術科操作 |
| 勇者無懼-用團結合作決戰美式躲避球場！             |                   |
| ※校內無開放停車空間，建議搭乘大眾交通工具或共乘前往研習場地。 |                   |

七、研習課程表：

| 時 間                        | 研 習 內 容          |                                        | 主持（講）人                    | 研習地點               |
|----------------------------|------------------|----------------------------------------|---------------------------|--------------------|
| 08：20<br>08：40<br>(20 分鐘)  | 報到               |                                        |                           | 活動中心<br>一樓<br>(橘苑) |
| 08：40<br>09：00<br>(20 分鐘)  | 開幕式              |                                        | 體育學科中心主任<br>許唐敏校長         |                    |
| 09：00<br>10：30<br>(90 分鐘)  | 學<br>科<br>講<br>座 | 安全 Safe 教學 Plus<br>【運動防護課程地圖暨<br>多元評量】 | 國立水里高級商工職業學校<br>彭雅蘭教師     |                    |
| 10：30<br>10：50<br>(20 分鐘)  | 交流時間＋場地移動        |                                        |                           |                    |
| 10：50<br>12：20<br>(90 分鐘)  | 術<br>科<br>操<br>作 | 玩拳紓壓超給力-拳擊有氧                           | 艾克索精準運動科學<br>江佩函(Penny)教練 | 活動中心<br>三樓         |
| 12：20<br>13：20<br>(60 分鐘)  | 午餐＋場地移動          |                                        |                           |                    |
| 13：20<br>15：20<br>(120 分鐘) | 術<br>科<br>操<br>作 | 勇者無懼-用團結合作決戰美式<br>躲避球場！                | 中華民國美式躲避球協會<br>陳品好教練      | 活動中心<br>三樓         |
| 15：20<br>15：30<br>(10 分鐘)  | 綜合座談／閉幕式         |                                        | 體育學科中心主任<br>許唐敏校長         |                    |
| 15：30-                     | 賦歸               |                                        |                           |                    |

註：本日程表得視實際情況酌予調整

#### 八、報名方式：

(一) 請前往教育部全國教師在職進修資訊網報名：網址：<https://www3.inservice.edu.tw/>，選擇【教師登入】輸入教師帳號及密碼→點選網頁上【研習進階搜尋】→於【研習名稱／代碼】，輸入課程名稱或代碼查詢→點選頁面下方【線上報名專區】→填寫資料→完成報名手續。研習代碼：5220052。

(二) 報名日期：114 年 9 月 1 日至 10 月 22 日止。

(三) 聯絡人：體育學科中心何先生（[terry86ty@pjhs.tyc.edu.tw](mailto:terry86ty@pjhs.tyc.edu.tw)）。

九、研習時數：全程參加者核予6小時研習時數。

#### 十、其他事項：

(一) 本研習期間供膳，敬請服務單位惠予出席人員公（差）假與會，研習期間往返交通費及住宿費由貴校相關經費依規定支給。

(二) 為響應節能減碳，敬請與會教師自備環保杯；另因研習課程含體育教學實務操作，敬請與會教師自備 1 件以上之運動服裝更換。

(三) 研習時間若遇天然災害，依「行政院人事行政總處 全球資訊網」公告各縣市是否停止上班上課情形為辦理依據。

(四) 本研習開放拍照與錄影，惟請勿散布與重製內容，以尊重智慧財產權。

#### 伍、注意事項：

因應十二年國教108課綱體育素養導向課程增能，敬請服務單位惠允參與教師公（差）假與課務排代，相關經費由任職學校支應。

陸、本計畫奉 校長核定後實施，修訂時亦同。

| 體育學科中心相關資源                                                                                           |                                                                                                  |                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <br>108 課綱【5.0】問卷 | <br>中區教師共備社群  | <br>評量問卷     |
| <br>教學資源平臺        | <br>Instagram | <br>Facebook |
| <br>YouTube       | <br>回饋表       |                                                                                                   |

# 交通資訊

惠文高中交通路線圖



## 捷運線線

■ 捷運線線 111 文心大業(水安宮)站下

◆ 步行 8 分鐘內

◆ IBIKE 5 分鐘內



## 公車路線

■ 台中客運：27、54、60、107

■ 仁友客運：72

■ 統聯客運：81、75

■ 全航客運：5、199

■ 臺中 BRT 藍線：機場 302，清水 303、304，大甲 305-308

## 自行開車

■ 國道 1 中港交流道下->台灣大道->惠中路右轉 (如圖藍線)

■ 74 快速路市政路交流道下->市政路->惠中路右轉 (如綠線)

